

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

CBT sebagai stimulasi berperan dalam menurunkan perilaku agresif dan meningkatkan empati pada remaja yang menjadi siswa di sekolah dengan fasilitas terbatas dan bukan sekolah favorit. Tingkat agresifitas setelah mendapatkan CBT lebih rendah dibandingkan tingkat agresifitas sebelum mendapatkan CBT. Berdasarkan nilai *partial eta squared* (η^2) diketahui besarnya sumbangan CBT dalam menurunkan perilaku agresif pada remaja adalah 23,7 %. Sedangkan tingkat empati setelah mendapatkan CBT lebih tinggi dibandingkan tingkat empati sebelum mendapatkan CBT. Berdasarkan nilai *partial eta squared* (η^2) diketahui besarnya sumbangan CBT dalam meningkatkan empati pada remaja adalah 30,8 %.

Tingkat nurani setelah mendapatkan perlakuan CBT lebih tinggi dibandingkan sebelum mendapatkan perlakuan CBT. Berdasarkan nilai *partial eta squared* (η^2) diketahui besarnya sumbangan CBT terhadap nurani adalah 34,4 %. Sedangkan Tingkat kontrol diri setelah mendapatkan perlakuan CBT juga lebih tinggi dibandingkan sebelum mendapatkan perlakuan CBT. Berdasarkan nilai *partial eta squared* (η^2) diketahui besarnya sumbangan CBT terhadap kontrol diri adalah 34,5 %.

B. Saran

1. Bagi guru

Mengingat bahwa CBT sebagai stimulasi memiliki kontribusi dalam menurunkan perilaku agresif dan meningkatkan empati, nurani, kontrol diri pada remaja, maka guru diharapkan menggunakan CBT secara berkelanjutan untuk menurunkan perilaku agresif dan meningkatkan empati, nurani, kontrol diri.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan di dalam proses pemberian suatu perlakuan dilakukan dalam kurun waktu yang lebih lama, secara berkelanjutan dan di seluruh tingkatan usia. Selain itu, penelitian selanjutnya juga diharapkan untuk

mempertimbangkan faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku agresif, empati, nurani, kontrol diri misalnya kondisi emosi, faktor sosial lain seperti keluarga, televisi, teman sebaya.